Centre Hospitalier de Dinant

Quelques conseils pour vous aider à alimenter votre enfant au biberon.

mars 2007

Lorsque pour une raison ou une autre, vous ne pouvez ou ne désirez pas allaiter votre bébé, le **lait maternel** est remplacé par un **lait infantile** spécialement élaboré pour répondre aux besoins de celui-ci.

Voici quelques conseils afin d'assurer une bonne alimentation à votre nourrisson.

1. Préparation

Matériel:

7 biberons + 7 tétines du 1er âge
1 goupillon

Lavez-vous toujours soigneusement les mains avant toute manipulation des biberons

Stérilisation:

Toujours 1 x/jour biberons et tétines jusque l'âge de 3 mois.

- Soit à froid: produits vendus en pharmacie
  (voir mode d'emploi)

- Soit à chaud: a) le stérilisateur
  (voir notice d'emploi)
  b) dans une grande casserole (marmite à pression)

  Déposez les biberons lavés et rincés dans la casserole;
  Recouvrez-les complètement d'eau;
  Fermez la casserole avec un couvercle;
  Portez l'eau à ébullition et maintenez-la pendant 20 minutes.
  Les 10 dernières minutes, ajoutez les tétines et les anneaux dans la casserole. La stérilisation ainsi terminée, égouttez les biberons retournés sur un essuie de vaisselle propre.

Quelle eau choisir?

Choisissez une eau en bouteille faiblement minéralisée avec le logo signalant qu'elle peut être utilisée à la préparation des biberons.. Une fois ouverte, la bouteille doit être conservée au frigo et utilisée endéans les 24 heures.

Comment préparer le biberon?

Lavez-vous les mains

Le lavage des mains joue un rôle clé dans l'hygiène. C'est par les mains que se propage la majeure partie des maladies infectieuses.

Il est préférable d'utiliser un savon liquide et d'avoir des ongles coupés courts.

1 mesure de poudre arasée se reconstitue avec 30 ml d'eau

Exemple pour préparer **100 ml** de lait:

- versez 90 ml d'eau dans le biberon;
- Chauffez, idéalement, le biberon au chauffe-biberon jusqu'à 37°C ou à défaut au bain-marie;
- Ajoutez 3 mesurettes arasées de poudre de lait adapté (avec une lame de couteau);
- Ensuite, refermez le biberon et roulez le entre les mains pour bien dissoudre la poudre;
- Avant de le présenter à votre bébé, vérifiez la température du lait en déposant quelques gouttes sur le poignet.

REMARQUE:

Si vous désirez utiliser le micro-ondes, chauffez l'eau avant d'y mélanger la poudre.

Vous pouvez également préparer vos biberons à l'avance pour 24 heures afin de mieux vous organiser. Vous les préparez avec de **l'eau froide**.

2. Conservation

A) La poudre:

A conserver après ouverture, au sec et au frais (pas au réfrigérateur) pendant maximum un mois.

B) L'eau:

Une fois ouverte, la bouteille d'eau se conserve au réfrigérateur pas plus de 24 heures.

C) le biberon reconstitué:

Maximum 24 heures au réfrigérateur.
(Température du réfrigérateur sera de maximum 6°C. A vérifier avec un thermomètre).

D) Le biberon lavé et stérilisé:

Une fois sec, le biberon doit être refermé, la tétine retournée vers l'intérieur afin de préserver la stérilisation.

3. Administration

Comment donner le biberon?

- A température maximum de 37°C.
- Le biberon peut être donné à température ambiante.
- Ne pas oublier de contrôler la température du lait, en mettant quelques gouttes sur l'avant bras, face interne.

Ne jamais réchauffer le biberon: le lait qui n'a pas été bu par votre bébé doit être jeté !
En effet, des microbes s'y développeront rapidement si vous le conservez.
Il ne faut rien y ajouter sans avis médical (farine, sucre, …).

A quel rythme?

On peut respecter la demande du bébé en veillant à ne pas dépasser un intervalle maximum de 4 à 5 heures, au début.

Après la tétée?

Lavez, rincez soigneusement le biberon et la tétine avant la stérilisation.

« Le biberon que me donne maman ou papa est préparé avec tant d'amour que c'est chaque fois un grand plein d'énergie et de bonheur.... Même si elle ne peut m'allaiter, maman m'offre de chaleureux corps à corps. Je sens son odeur, la douceur de sa peau.... C'est un moment magique »

Nous vous souhaitons beaucoup de bonheur et de plaisir à la découverte de votre bébé.
Nous restons disponibles si vous avez des questions ou de petits soucis. Ne l'oubliez pas!

Équipe de la maternité.

réf.:BI 17: édité par le département infirmier mars 2007.